Absenderin:

.....

.....

.....

bitte freimachen

Können Sie an dem Seminar nicht teilnehmen, so muss die Absage schriftlich bei uns eingehen oder Sie stellen eine Ersatzteilnehmerin. Bei einem Rücktritt bis zum 31.03.09 erstatten wir den Gesamtpreis zurück abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 20,00 €, bei einer späteren Absage wird die volle Seminar- und Tagungspauschale erhoben.

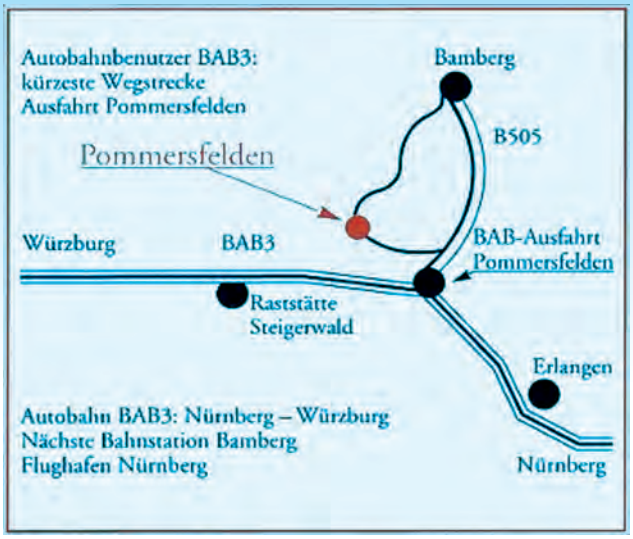
Die Teilnahme an der Veranstaltung ist freiwllig. Die Veranstalterinnen haften nur im Rahmen ihrer gesetzlichen Haftpflicht und schließen somit jegliche Haftung für darüber hinausgehende Personen- oder Sachschäden aus.

Schastelmarveile

Mona Henken-Mellies
Leitenfeldstraße 2

D-90427 Nürnberg

So erreichen Sie das Schlosshotel Pommersfelden:



Tipp: *Ist der Anti-Ärger-Tag nicht ein wunderbares Geschenk zum Muttertag ... ?!*

Wenn Sie übernachten wollen: Bis zum 28. Februar ist für Sie eine begrenzte Anzahl von Zimmern im Schlosshotel reserviert. Bitte buchen Sie direkt unter: www.schlosshotel-pommersfelden.de Stichwort: Anti-Ärger-Tag

Gönnen Sie sich den

Anti-Ärger-Tag

am Sa. 9. Mai 2009
auf Schloss Pommersfelden

per Telefax: +49(0)911-3150775

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich an zum Anti-Ärger-Tag am 9. Mai 2009 auf Schloss Pommersfelden

Seminargebühr incl. Tagungspauschale (Mittagessen und Pausenverpflegung): 125,00 € (zuzügl. MwSt. 23,75 €;
15% Ermäßigung bei Anmeldung bis 28.02.2009: 106,25 € (zuzügl. MwSt. 20,19 €)

Name: .....

Anschrift: .....

Unterschrift: .....

Bei Zahlung per Überweisung:
Gesamtbetrag bitte ab Jan. 2009 überweisen an:
Lernzentrum Schastelmarveile, Konto-Nr. 454 932 600
Dresdner Bank, BLZ 760 800 40, Stichwort: Anti-Ärger-Tag

Bei Zahlung per Einzugsermächtigung:

Hiermit ermächtige ich das *Lernzentrum Schastelmarveile* einmalig, die Kursgebühren zu Lasten meines Kontos

Nr.: .....

bei ..... BLZ: .....
mittels Lastschrift einzuziehen.

Name der Kontoinhaberin: .....

Datum: .....

Unterschrift .....

Zum Thema:

Der Anti-Ärger-Tag ist genau richtig, wenn Sie künftig anders mit Ärger umgehen wollen. Die erfahrenen Trainerinen Mona Henken-Mellies und Sigrid Engelbrecht zeigen Ihnen im **Einführungsworkshop**, was es braucht, erfolgreicher, entspannter und zufriedener zu leben und wie Sie Ihre Ärger-Energie nicht sinnlos verpuffen lassen sondern sie konstruktiv für Ihre Ziele einsetzen. Dies können Sie anschließend in 2 speziellen Workshops intensiver trainieren:

Workshop 1: Von Mensch ärgere Dich nicht zu Frau freu Dich mit mir - anhand konkreter Fallbeispiele erfahren wir spielerisch neue, andere Konzepte zur Ärgerbewältigung (Mona Henken-Mellies)

Workshop 2: ... Und wer drückt bei mir auf den Auslöser? Wir outen unsere persönlichen Ärger-Auslöser und erarbeiten konkrete Strategien, sie zu entschärfen und mehr Humor ins Leben zu bringen (Sigrid Engelbrecht)

Im **Abschlussworkshop** stellen wir einen „Erste-Hilfe-Koffer“ mit den wirksamsten und originellsten Anti-Ärger-Strategien zusammen - zum Mit-Heim-Nehmen und Anwenden im Alltag.

Zeitplan

09.30	Begrüßung
09.45 - 11.00	gemeinsamer Einführungsworkshop
11.00 - 11.15	Pause
11.15 - 12.45	Workshop 1 + 2
12.45 - 14.00	Mittagspause
14.00 - 15.30	Workshop 1 + 2
15.30 - 16.00	Pause
16.00 - 17.30	gemeinsamer Abschlussworkshop
17.30 - 18.00	Ausklang mit einem kleinen Umtrunk

Trainerinnen:

Sigrid Engelbrecht

Dipl.-Designerin, Trainerin und Coach, leitet Workshops zu den Themen Kreativität, Selbstmanagement und Gesundheit. Sie ist Autorin der Bücher „Heiße Jahre – voller Energie durch die Wechseljahre“, „Best Age Power“ und „Richtig gute Laune kriegen“.
Mehr Info: www.engelbrecht-media.de

Mona Henken-Mellies M. A.

Mutter von 2 Söhnen und 2 Töchtern
Magistra der Germanistik
Suggestopädin
Ärgerspezialistin
Leiterin des Lernzentrums Schastelmarveile in Nürnberg
Mehr Info: www.schastelmarveile.de

engelbrecht seminare + training

Sprache und Kultur Schastelmarveile